

Jenna Lummekari ja Laura Väkevä

## TOIMINTAPÄIVÄ MONIKULTTUURIPERHEILLE

Hoitotyön koulutusohjelma  
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto  
2012

## TOIMINTAPÄIVÄ MONIKULTTUURIPERHEILLE

Lummekari Jenna, Väkevä Laura  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Lokakuu 2012  
Ohjaaja: Männistö Elina  
Sivumäärä: 24  
Liitteitä: 6

Asiasanat: toimintapäivä, monikulttuurisuus, perheliikunta

---

Projektina toteutettavan opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää toimintapäivä monikulttuuriperheille. Tavoitteena oli tuoda perheet eri kulttuureista yhteen sekä tutustuttaa suomalaiseen kulttuuriin. Toimintapäivä toteutettiin suomen kielellä, jotta osallistujilla olisi mahdollisuus harjaannuttaa kielitaitoaan. Opinnäytetyön terveydellinen näkökulma oli liikunnallisuus, joka oli toimintapäivän teemana. Toimintapäivän ideana oli saada perheet liikkumaan ja harrastamaan enemmän yhdessä.

Toimintapäivä oli suunnattu Mannerheimin lastensuojeluliiton kanssa yhteistyössä olleille monikulttuuriperheille. Suunnittelua tehtiin yhdessä Mannerheimin lastensuojeluliiton Satakunnan piirin kanssa, joka myös lähetti kutsut. Toimintapäivä toteutettiin toukokuussa 2012. Toimintapäivän toteutuspaikaksi varattiin Porista Tammen leirikeskus, jota MLL oli jo aiemmin käyttänyt omassa toiminnassaan ja näin havainneet hyväksi paikaksi. Toimintapäivä kesti noin kuusi tuntia. Osallistujia toimintapäivässä oli 18, osallistujista yhdeksän oli lapsia ja yhdeksän aikuisia. Mukana oli erilaisia perheitä Venäjältä, Virosta ja Thaimaasta. Ohjaajia päivässä oli neljä, opinnäytetyön tekijät sekä kaksi henkilöä MLL:n kautta.

Toimintapäivä alkoi ruokailulla, jonka jälkeen lähdettiin ulos suorittamaan toimintapisteitä. Toimintapisteissä oli mölkky, pussijuoksu, kroketti sekä munankuljetus. Pisteet suoritettiin perheittäin. Pisteiden jälkeen oli vapaampaa aikaa, jolloin lämmitettiin sauna sekä laitettiin nuotio makkaran grillausta varten. Tuolloin keiteltiin kahvit ja lapsille oli lautapelejä. Toinen opinnäytetyön tekijöistä mittasi halukkailta verenvaineita ja oli mahdollisuus saada neuvoja ja ohjeistusta tarvittaessa. Toimintapäivämme ajoittui juuri äitienpäivään, joten mukana oli myös askarteluvälineet, joilla lapset saivat tehdä äideille kortit.

Päivän lopuksi osallistujat täyttivät arviointilomakkeen päivän kulusta. Arviointilomakkeessa oli kysymyksiä päivän sisällöstä. Arviointikeinoiksi laitoimme hymiönaamoja, jotta niihin olisi helpompi vastata niidenkin osallistujien, joilla ei suomen kieli vielä ollut kovin hyvää. Lisäksi viimeiseksi sai vielä antaa numeraalisen arvoin päivästä. Arviointilomakkeiden perusteella päivä arvioitiin oikein onnistuneeksi ja osallistujat olivat tyytyväisiä.

## ACTIVITY DAY FOR MULTICULTURAL FAMILIES

Lummekari Jenna, Väkevä Laura  
Satakunta University of Applied Sciences  
Nursing and Health Care  
October 2012  
Supervisor: Männistö Elina  
Pages: 24  
Appendices: 6

Keywords: activity day, multiculturalism, family sports

---

The purpose of this thesis, carried out as a project, was to organize an activity day for multicultural families. The aim was to bring together families from different cultures and familiarize them with Finnish culture. The activity day was implemented in Finnish, so that the participants would have the chance to practice their language skills. The health perspective of the thesis was sportiveness, which was the activity day's theme. The idea of the activity day was to encourage the families to exercise and do more things together.

The activity day was directed at multicultural families that had cooperated with the Mannerheim League for Child Welfare. The planning was carried out in cooperation with the Mannerheim League for Child Welfare's Satakunta division, who also sent the invitations. The activity day was organized in May 2012. Camping Center of Tammi in Pori was picked as the location, since the Mannerheim League for Child Welfare had previously used the center in its activity and considered it a suitable location. The activity day was about six hours long. The event attracted all in all 18 participants, of whom nine were children and nine were adults. The families were for instance from Russia, Estonia and Thailand. Four instructors, the authors of the thesis and two representatives from MLL were also involved.

We kicked off the activity day by having lunch, after which the participants had outdoor activities. The activities included *mölky*, sack race, croquet and egg carrying. One family formed one team. After the activities the families had spare time, we heated the sauna and set up a fire for sausage grilling. There was coffee for adults and board games for kids. People could also get their blood pressure measured and get advices and instructions, if needed. Since the activity day happened to be on Mother's Day, children could also make cards for their mothers.

At the end of the day the participants filled in an evaluation form of the day. The form included questions about the content of the day. We used smileys in the rating in order to guarantee that also those with limited Finnish language skills could answer the questions. Furthermore, the participants could also give their numerical evaluation of the day. On the basis of the evaluation form, the day was a success and the participants were very pleased.

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 MONIKULTTUURISUUS .....	5
2.1 Monikulttuurisuus Satakunnassa .....	6
2.2 Monikulttuurisuus Suomen terveydenhuollossa .....	7
3 PERHELIIKUNTA .....	8
3.1 Perhe .....	8
3.2 Perheliikunta .....	9
4 TERVEYDEN EDISTÄMINEN.....	10
5 AIKAISEMPIA PROJEKTEJA .....	11
6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET .....	12
7 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN MÄÄRITTELY .....	12
8 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO.....	13
9 PROJEKTIN SUUNNITTELU .....	15
9.1 Projektin aloitus .....	15
9.2 Toimintapäivän sisällön suunnittelu .....	15
9.3 Resurssit.....	16
9.4 Projektin arviointisuunnitelma.....	16
10 PROJEKTIN TOTEUTUS .....	17
11 PROJEKTIN ARVIOINTI .....	20
11.1 Arviointilomakkeet .....	20
11.2 Opinnäytetyön tekijöiden oma arviointi .....	21
12 POHDINTA.....	22
LÄHTEET.....	24
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Monikulttuurisuus on ajankohtainen ja puhuttava aihe. Suomesta on tullut monikulttuurinen maa mm. pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden myötä, jonka johdosta eri kulttuurit näkyvät kaupunkien elämässä. (ETENE:n [www-sivut](#) 22.9.2011.) Vuonna 2010 maahanmuuttajien määrä Suomessa oli 25 636 (Tilastokeskuksen [www-sivut](#) 2011.) Mediassa on ollut esillä jo pidempään, miten lasten ja nuorten liikuntaharrastukset ovat vähentyneet, jonka seurauksena useat lapsista ovat ylipainoisia ja heidän terveydentilansa on huonontunut. Sama pätee aikuisiin. (Terveysten – ja hyvinvointilaitoksen [www-sivut](#) 2008.)

Tässä opinnäytetyössä on käsitelty monikulttuurisuutta, terveyden edistämistä sekä perheliikuntaa. Opinnäytetyö on projektiluontoinen, joka on toteutettu toimintapäivän muodossa. Opinnäytetyön tilaajana toimii Mannerheimin lastensuojeluliiton (MLL) Satakunnan piiri. Toimintapäivä toteutettiin toukokuussa 2012 Porissa Tammen leirikeskuksen alueella ja kirjoitettiin opinnäytetyön raportiksi alkusyksyllä 2012. Opinnäytetyöllä pyritään antamaan MLL: lle ideoita ja tietoa heidän tulevia projektejaan varten, jolloin opinnäytetyö on työelämälähtöinen.

## 2 MONIKULTTUURISUUS

Monikulttuurisuus on ilmiönä vanha mutta käsitteenä nuori. Monikulttuurisuudella tarkoitetaan erilaisten ihmisten ja ihmisryhmien elämistä samassa ajassa ja tilassa. Sanan monikulttuurisuus merkitys liittyy yhteen monta kulttuuria ja viittaa yhteiskuntaan, jossa vallitsee myönteinen kulttuurien kirjo, kulttuurienvälinen suvaitsevaisuus ja palvelujen monipuolisuus. Monikulttuurinen yhteiskunta on kulttuurisesti ja etnisesti heterogeeninen, ja monikulttuurinen yhteiskuntapolitiikka tavoittelee ihmisten välistä tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. (Abdelhamid, Juntunen & Koskinen 2010, 16- 18.)

MOTY eli monikulttuurinen työyhteisö on hanke, jossa on kehitetty koulutusmallia työyhteisöille. MOTY: n verkkosivuilla määritellään monikulttuurisuus kulttuuripiirteiltään eroavien ryhmittymien olemassaoloksi maailmanlaajuiseksi, etnisten ryhmittymien rinnakkaiseloksi jossakin tietyssä yhteiskunnassa sekä yhteiskuntamuodoksi joka perustuu monimuotoisiin identiteetteihin. Monikulttuurisuuteen kuuluu, että yhteisössä elää monista eri kulttuureista kotoisin olevia henkilöitä, monikulttuurisuus näkyy myös yhteisön asenteista ja suhtautumisesta. Eri kulttuuriset ryhmät säilyttävät omat ominaispiirteensä ja hyväksyvät sen, että muut ryhmät tekevät samoin. Monikulttuurisuudella tarkoitetaan eri kulttuurien tasa-arvoista rinnakkaiseloa, käsitteen rinnalla käytetään myös käsitteitä monietninen ja monikansallinen. Kulttuuri siirtyy tiedonvälityksen ja oppimisen kautta, se on tiedon, uskomusten ja arvojen järjestelmä, jota kautta ihmiset rakentavat kokemuksiaan ja havaintojaan, toimivat ja suoritavat valintoja eri vaihtoehtojen välillä. (Monikulttuurinen työyhteisö [www-sivut](http://www.sivut.fi), viitattu 30.12.2012.)

Kulttuurin määritelmät ovat vaihdelleet aikojen kuluessa ja tieteenalasta toiseen, mutta niiden avulla on aina pyritty ymmärtämään sitä, miten kulttuuri syntyy ja kehittyy, miten kulttuurit eroavat toisistaan ja mitä kulttuuri merkitsee sen jäsenille. Ensisijaisina tieteenaloina kulttuurin tutkimukseen ja tietoon liitetään antropologia (ihmistutkimus) ja sosiologia (yhteiskuntatiede). Kulttuuriantropologian mukaan historia ja sosiaaliset suhteet muokkaavat ihmisten ajattelua, arvoja, asenteita ja toimintatapoja ja kehittävät kulttuuria eli tietyn ihmisryhmän elämäntapaa. Tästä näkökulmasta kulttuurilla tarkoitetaan ajan oloon kehittyneitä ihmisten elintapoja, arvoja, uskomuksia ja erilaisia tuotoksia, jotka välittyvät sukupolvelta toiselle pääasiassa kasvatuksen, kielen ja erilaisten symbolien välityksellä. (Abdelhamid, Juntunen & Koskinen 2010, 16- 18.)

## 2.1 Monikulttuurisuus Satakunnassa

Tilastokeskuksen mukaan Suomessa asui vakinaisesti vuoden 2011 lopussa 5 218 134 Suomen kansalaista, joista 101 306 on syntynyt ulkomailla. Ulkomaiden kansalaisia asui Suomessa 183 133 henkilöä, eli 3,4 % väestöstä. Luku oli 9 % enemmän kuin vuotta aiemmin. Valtaosa on Viron ja Venäjän kansalaisia, seuraa-

vaksi eniten ihmisiä on Somaliasta, Ruotsista ja Irakista. Suomen kansalaisuuden saaneista ulkomaalaisista myös suurin osa on muuttanut Venäjältä, Virosta, Turkista, Iranista tai Ruotsista. (Tilastokeskuksen www-sivut, viitattu 30.10.2012.)

Porissa toimii Satakunnan monikulttuuriyhdistys ry (SMY) joka on perustettu 1996. Yhdistyksen tarkoituksena on edesauttaa suomalaisten ja ulkomaalaisten tutustumista toisiinsa sekä edistää eri kulttuurien tuntemusta heidän keskuudessaan, lisätä suomalaisten ja ulkomaalaisten yhteistyötä toistensa kulttuurien rikastuttamiseksi sekä auttaa maahanmuuttajien sopeutumista suomalaiseen yhteiskuntaan. Mannerheimin lastensuojeluliiton Satakunnan piiri on tehnyt SMY:n kanssa yhteistyötä aiemminkin, ja myös tässä projektissa. Henkilöt joita toimintapäivään kutsuttiin, ovat olleet Satakunnan monikulttuuriyhdistyksen tapahtumissa aiemminkin. (Satakunnan monikulttuuriyhdistyksen www-sivut, viitattu 30.10.2012.)

## 2.2 Monikulttuurisuus Suomen terveydenhuollossa

Vuonna 2003 Suomesta haki turvapaikkaa 3221 henkeä. Samana vuonna ulkomalaisvirasto myönsi turvapaikan tai siihen rinnastettavan oleskeluluvan 501 henkilölle. Turvapaikkaprosessin eräs ongelma Suomessa on pitkä käsittelyaika. Suomalainen terveydenhuolto kohtaa kansainvälisyyden ja monikulttuurisuuden haasteita entistä useammin arkipäivän työssä. Eri kulttuurien edustajia löytyy sekä terveydenhuollosta asiakkaina että ammattilaisina. Kulttuurien erilaisuudet ammattihenkilön ja potilaan sekä hänen läheistensä kohdatessa ovat haasteita. ETENE:n neuvottelukunta on laatinut vuonna 2001 terveydenhuollon yhteiset eettiset periaatteet, jotka koskevat myös muista kulttuureista tulleita. (ETENE 2004, 9-10.)

Muista kulttuureista tulleiden ihmisten tarpeet terveydenhuollon asiakkaina ovat usein erilaiset kuin ns. valtaväestön. Eri kulttuureilla on erilaisia käsityksiä terveydestä ja sairaudesta, yksilöstä ja yhteisöstä, elämästä ja kuolemasta. Perinteet ja uskomukset saattavat aiheuttaa molemmin puolin väärinymmärryksiä ja epäluuloa. Terveydenhuollon ammattihenkilöllä tärkein työkalu monikulttuurisessa kohtaamisessa on ammatillinen tieto, ymmärryskyky, sensitiivisyys sekä vuorovaikutustaito potilasta kunnioittaen ja potilaan arvomaailman huomioiden. Jotta erilaisista oloista

tulevilla ja vierasta kieltä puhuvilla potilailla olisi mahdollisuus kääntyä terveydenhuollon puoleen, hän tarvitsee tietoa miten terveydenhuolto voi häntä auttaa. Julkisen vallan tehtävänä on tarjota maassa asuville ymmärrettävää tietoa ja tarvittaessa tulkkipalvelua ja muuta tukea. Viranomaiset ovat keskeisessä asemassa esim. kiintiöpakolaisten ja turvapaikan saaneiden kotouttamisessa ja maahanmuuttajien koulutuksessa. Kolmannen sektorin järjestöt, kuten Suomen Punainen Risti ja Pakolaisneuvonta ry, ovat merkittävässä asemassa Suomessa olevien ulkomaalaisten informoinnissa ja tukemisessa käytännön asioissa. (ETENE 2004, 10- 11.)

Ammattitaidon ylläpitäminen ja kehittäminen on jokaisen terveydenhuollossa toimivan oikeus ja velvollisuus. Monikulttuurisessa terveydenhuollon kohtaamisessa tarvitaan ennen kaikkia ennakkoluulottomuutta, herkkyyttä ja ymmärrystä sekä vuorovaikutus- ja työyhteisövalmiuksia. Muista kulttuureista ja elinympäristöistä Suomeen tulevat ihmiset opettavat suomalaisille yhteisöllisyyttä ja tuovat yhteisöjen ja yhteiskunnan arvokeskusteluun uusia näkökulmia. Muista kulttuureista tulevat voivat rikastuttaa terveydenhuollon työyhteisöä ja työvoimaa ja helpottaa monista kulttuureista lähtöisin olevien potilaiden ymmärtämistä, kohtaamista ja hoitamista. Erilaisuuden positiiviset ja negatiiviset vaikutukset on hyvä tuntea ja tunnistaa. (ETENE 2004, 13.)

### 3 PERHELIIKUNTA

#### 3.1 Perhe

Tilastokeskuksen mukaan Suomessa oli vuoden 2011 lopussa yhteensä 581 000 lapsiperhettä, lapsiperheisiin kuuluu 40 % Suomen väestöstä. Perhe käsitetään vuorovaikutusyksiköksi, johon kuuluvat perheenjäsenet yksilöinä ja perheen vuorovaikutuksessa muodostuvat sosiaaliset ryhmittymät. Perhettä tarkastellaan myös vuorovaikutussuhteessa muihin ryhmiin, instituutioihin ja kulttuuriin. (Arvonen 2004, 28.)

Tilastokeskuksen mukaan perheen muodostavat yhdessä asuvat avio- tai avoliitossa olevat tai parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heinä lapsensa, jompikumpi van-



hemmista lapsineen sekä avio- ja avopuolisot sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. Lapsiperheiksi kutsutaan perheitä, joissa kotona asuu vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Perheessä voi olla korkeintaan kaksi perättäistä sukupolvea. Asuntokunnissa asuvat perheen ulkopuoliset henkilöt. Vaikka he olisivat perheen sukulaisia, eivät he kuulu perheväestöön elleivät muodosta omaa perhettä. Perheet ryhmitellään perhetyyppeihin seuraavanlaisesti: avio- tai avopari ilman lapsia, avio- tai avopari ja lapsia, rekisteröity mies- tai naispari ilman lapsia, rekisteröity mies- tai naispari ja lapsia, äiti ja lapsia tai isä ja lapsia. (Tilastokeskuksen www-sivut, viitattu 30.10.2010.)

### 3.2 Perheliikunta

Liikunnan on suuri merkitys terveyden edistämisen kannalta. Liikunta ylläpitää fyysistä ja henkistä terveyttä kuten laadukas ravitsemus. Se vähentää ennen aikaista kuoleisuutta sekä ylläpitää ja kehittää fyysistä kuntoa ja toimintakykyä. Lista sairauksista, joita liikunta ehkäisee, on pitkä. ”Liian moni suomalainen harrastaa epäterveellisen vähän liikuntaa. Arvioiden mukaan lapsista ja nuorista taas noin kolmannes, työikäisistä yli kaksi kolmannesta ja eläkeläisistä noin puolet liikkuu terveyden näkökulmasta riittämättömästi” (Terveyden – ja hyvinvointilaitoksen www-sivut 2008.)

Perheliikunta on perheen aktiivista yhdessäoloa. Perhe voi liikkua yhdessä kaikkina vuodenaikoina tekemällä erilaisia asioita kotona ja muualla. Piha- ja kotitöiden, perinneleikkien, yhteisten jumppatemppejen, ulkoilun, retkeilyn ja uintiretkien lisäksi voidaan kokeilla eri lajeja, osallistua perheille tarkoitettuihin tapahtumiin tai liikuntaryhmiin. Perheliikunnan tavoitteet vaihtelevat toteuttajan, ajankohdan, paikan ja liikujan mukaisesti. Mahdollisia tavoitteita omaehtoiseen liikuntaan voivat olla mm. hyvä olo ja mieli, yhdessäolo ja perheen yhteishengen kohentuminen, elämysten ja kokemusten saaminen, terveyden ja kunnon kohentuminen niin lapsilla kuin aikuisilläkin, Touhuenergian purkaminen, ruokahalun lisääntyminen sekä toisiin perheisiin ja uusiin paikkoihin tutustuminen. (Arvonen 2004, 28- 32.)

Vanhemmat ovat lapsen tärkeimpiä roolimalleja ja liikkumisen malli saadaan kotoa, elämäntavat ja tottumukset opitaan jo varhain. Liikuntaan suhtautuminen ja liikunnallisen elämäntavan omaksuminen opitaan siis vanhemmilta. Liikkuvan lapsen tukena on liikkuva aikuinen, eli siis koko perhe. Suositeltavia päivittäisiä vähimmäisliikuntamääriä on alle kouluikäisille lapsille vähintään kaksi tuntia, kouluikäisille (7-18 -vuotiaat) vähintään 1-2 tuntia ja aikuisille vähintään 0,5 tuntia. (Perheliikunta www-sivut, viitattu 30.10.2012.)

#### 4 TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Maailman Terveysjärjestön (WHO) määritelmän mukaan terveyden edistäminen on toimintaa, jonka tarkoituksena on parantaa ihmisten mahdollisuuksia ja edellytyksiä huolehtia omasta ja ympäristönsä terveydestä. Terveyden edistämistoiminnan perusta luotiin vuonna 1986 Ottawan asiakirjassa, joka hyväksyttiin ensimmäisessä maailmanlaajuisessa terveydenedistämiskonferenssissa. Ottawan asiakirjassa määriteltiin terveyden edistämisen toiminta-alueiksi terveyttä edistävä toimintapolitiikka (healthy public policy), terveyttä tukevat ympäristöt, terveyttä edistävän yhteisöllisen toiminnan vahvistaminen, henkilökohtaisten tietojen ja taitojen vahvistaminen sekä palvelujen kehittäminen terveyttä edistäväksi. (Terveyden- ja hyvinvointilaitoksen www-sivut 2008.)

Terveyden edistämisen laatusuosituksissa (2006) terveyden edistäminen on määritelty prosessiksi, joka antaa yksilöille ja yhteisöille entistä paremmat mahdollisuudet hallita terveyttä ja siihen vaikuttavia taustatekijöitä. Terveyden edistäminen ymmärretään terveyteen sijoittamisena sekä tietoisena voimavarojen kohdentamisena ja terveyden taustatekijöihin vaikuttamisena. Kunnassa se tarkoittaa kaikkea sitä toimintaa, jonka tavoitteena on väestön terveyden ja toimintakyvyn lisääminen, kansantautien, tapaturmien ja muiden terveysongelmien vähentäminen, ennen aikaisten kuolemien vähentäminen ja väestöryhmien välisten terveyserojen vähentäminen. (Terveyden- ja hyvinvointilaitoksen www-sivut 2008.)

## 5 AIKAISEMPIA PROJEKTEJA

Samanlaisia projekteja ei ole aiemmin toteutettu. Tämän projektin aihe tuli opinnäytetyön tilaajalta, Mannerheimin Lastensuojeluliiton Satakunnan piiriltä, joten projektin aihe on tarpeellinen. Vastaavanlaisia projekteja on tehty perheiden parissa ja projektiluontoisia opinnäytetöitä on useita, joissa tuotoksena on toimintapäivä.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapin piiri ry:n Perhetyön Uudet Portaat - projekti on toteutettu vuosina 2003- 2008, jonka kohderyhmänä olivat pienten, pääasiassa alle kolmevuotiaiden lasten perheet. Perhetyön Uudet Portaat – projekti toteutettiin yhteistyössä Rovaniemen kaupungin sekä Kemijärven kaupungin ja Ranuan kunnan kanssa. Projektin tavoitteena oli tavoittaa lapsiperheet mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jotta perheen ongelmatilanteet eivät ehdi pitkittyä. Projektissa kehitettiin ennaltaehkäisevän ryhmämuotoisen perhetyön malli ja hankkeessa kehitettiin tukihenkilö- ja perhetoimintaa lapsiperheille. Ryhmämuotoisessa perhetyössä käytetään työmenetelminä toiminnallisia, voimavara- ja ratkaisukeskeisiä sekä vertaistukeen perustuvia menetelmiä. Voimavarakeskeisessä työskentelyssä hyödynnetään asiakkaan kykyjä, taitoja ja osaamista käsitellä oman elämänsä haasteita. Toiminnallinen työskentely on tavoitteellista sekä suunniteltua toimintaa, jossa perhe on aktiivisessa roolissa. Voimavarakeskeisellä työskentelyllä tarkoitetaan sitä, että asiakkaan kyvyt, taidot ja osaaminen käsitellä oman elämänsä haasteita hyödynnetään. Projektin aikana ryhmiä järjestettiin 17 ja niihin osallistui yhteensä 116 perhettä. (Ennalta ehkäisevä ryhmämuotoinen perhetyö, 2009.)

Pieksämäen Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijat Heikkinen ja Uutela toteuttivat opinnäytetyön projektina toimintapäivän Vantaan Seljapolun monikulttuuripäiväkotiiin. Opinnäytetyön työn nimi on Lauaen ja leikkien kohti kielen ja minäkuvan maailmaa. Tekijät järjestivät vuonna 2010 eläinaiheisen toimintapäivän Seljapolun monikulttuurisessa päiväkodissa ja päivään osallistuivat 4-6-vuotiaat lapset. Toimintapäivän tarkoituksena oli edistää lasten kielen kehitystä sekä tukea lapsen myönteisen minäkuvan kehitystä toiminnan avulla. (Heikkinen & Uutela, 2010.)

Tämän opinnäytetyön projektin tilaaja Mannerheimin Lastensuojeluliitto kehittää työtään erilaisin projektein. Tällä hetkellä MLL: llä on käynnissä muun muassa Kaille kaveri – hanke, jonka tavoitteena on vahvistaa yläkoulujen tukioppilastoimintaa ja alakoulujen kummitoimintaa. Vanhemmuuden tueksi on käynnissä kaksi projektia: Vahvuutta vanhemmuuteen – hanke 2010- 2014 ja Vanhempien verkkokoulu – hanke 2010- 2012. Mediakasvatukseen liittyen on useampi hanke, muun muassa Mainiot mediaperheet – mediakasvatustaitoja vanhemmille sekä Viisaasti verkossa 2008-2011. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2012.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Projektina toteutettavan opinnäytetyön tarkoitus oli järjestää toimintapäivä monikulttuuriperheille. Tavoitteena oli tuoda perheet eri kulttuureista yhteen sekä tutustuttaa suomalaiseen kulttuuriin. Toimintapäivä toteutettiin suomen kielellä, jotta osallistujilla olisi mahdollisuus harjaannuttaa kielitaitoaan. Opinnäytetyön terveydellinen näkökulma oli liikunnallisuus, joka oli toimintapäivän teemana. Toimintapäivän ideana oli saada perheet liikkumaan ja harrastamaan enemmän yhdessä. MLL hyötyy opinnäytetyöstä saamalla uusia ideoita ja tietoa tulevia projekteja varten. Osallistuville perheille päivästä on tarkoitus antaa yhdessä tekemisen iloa sekä mahdollisuus tutustua muihin perheisiin.

## 7 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN MÄÄRITTELY

Virtuaaliammattikorkeakoulun verkkosivuilla toiminnallinen opinnäytetyö oli määritelty työelämän kehittämistyöksi, joka tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan kehittämistä, ohjeistamista, järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnallisella opinnäytetyöllä on siten yleensä toimeksiantaja. Toteutustapana voi olla kohdeyhmän mukaan esimerkiksi kirja, opas, cd-rom, messuosasto, näyttely, kehittämissuunnitelma tai jokin muu tuotos/tuote/produkti tai projekti. Se voi siis olla myös

jonkin tilaisuuden tai tapahtuman suunnitteleminen tai järjestäminen. Toiminnallinen opinnäytetyö on kaksiosainen kokonaisuus: se sisältää toiminnallisen osuuden eli produktin ja opinnäytetyöraportin eli opinnäytetyöprosessin dokumentoinnin ja arvioinnin tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksen tulisi aina pohjata ammattiteorialle ja sen tuntemukselle, ja siten toiminnallisen opinnäytetyöraportin tulee aina sisältää myös ns. teoreettinen viitekehysosuus. (Virtuaali ammattikorkeakoulun [www-sivut](#) 2012.)

Projektityön tarkoituksena on saavuttaa jokin ennalta määritelty tavoite. Toteutusprojektin tavoitteena on tehdä ennalta määritellyn lopputuloksen mukainen toteutus, joka voi olla esimerkiksi tapahtuma, tilaisuus, näytelmä tai koulutus. Projekti jakautuu vaiheisiin jotka seuraavat toisiaan tai ovat osittain päällekkäisiä. Projekti alkaa tarpeen tunnistamisella ja määrittelyllä. Määrittelyvaiheen tavoitteena on selventää mitä projektin lopputuloksena halutaan saada. (Kettunen 2009, 15, 24, 43.)

## 8 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO

Vuonna 1920 Suomessa oli kolme miljoonaa asukasta, josta miljoona oli alle 15-vuotiaita. Suuri osa lapsista kärsi puutteesta ja lapsikuolleisuus oli suurta – joka kymmenes lapsi kuoli jo vauvana. Sosiaalihuolto oli kuten muutkin hallinnonalat vielä rakennus- ja korjausvaiheessa. Marsalkka Mannerheimin sisar, sairaanhoitaja Sophie Mannerheimiä kosketti yksinäisten äitien ahdinko ja vuonna 1917 hän perusti yhdistyksen auttamaan äitejä ja heidän lapsiaan. Maaliskuussa 1918 Sophie Mannerheim kokosi työryhmän pohtimaan maan lastensuojeluongelmia. Ryhmän kantavana voimana oli kouluneuvos Erik Mandelin. Mandelin julkaisi jo syksyllä 1919 lastensuojeluohjelman, jossa hän painotti ennaltaehkäisevää työtä. (Mannerheimin lastensuojeluliiton [www-sivut](#) 2011.)

Perustava kokous pidettiin 4.10.1920 kenraali Mannerheimin kotona Helsingin Mariankadulla. Järjestölle annettiin nimeksi Kenraali Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Lähtökohtana oli, että kaikkia lapsia oli hoidettava hyvin ja että kaikilla lapsilla oli

oikeus asiantuntevaan huoltoon. Ohjelman lisäksi Mandelin ja Ylppö suunnittelivat organisaation ja säännöt. Liiton muodostivat keskusjärjestö ja paikallisosastot, jotka olivat itsenäisiä rekisteröityjä yhdistyksiä ja sitoutuivat noudattamaan liiton ohjelmaa. Liiton tarkoituksiksi kirjattiin kaikki lastensuojelutyö, mikä ei lain mukaan kuulunut valtiolle tai kunnalle. Ylpön mielestä tärkein tehtävä oli taistelu imeväiskuolleisuutta vastaan. Imetys, asuntojen parantaminen ja hygienian kohottaminen olivat ensimmäiset tehtävät. Ne olivat saavutettavissa valistustyöllä. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2011.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on yhteisö, joka muodostuu keskusjärjestöstä, 13 piirijärjestöstä ja 566 paikallisyhdistyksestä. Henkilöjäsenet ovat jäseninä paikallisyhdistyksissä. Paikallisyhdistyksissä on jäseniä yli 92 000. Keskusjärjestön keskustoimisto on Helsingin Hakaniemessä. MLL:ssä on 13 piirijärjestöä. Piirijärjestö on alueensa paikallisyhdistysten tuki ja alueellinen vaikuttaja. Opinnäytetyö toteutetaan yhteistyössä MLL:n Satakunnan piirin kanssa. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Satakunnan piirissä toimii 31 paikallisyhdistystä ja niissä on noin 5 000 jäsentä. Mannerheimin Lastensuojeluliitto on hyvin vahvasti verkostoitunut Satakunnassa niin julkisen sektorin kuin muiden järjestöjen kanssa. Paikallisyhdistys toimii omalla alueellaan MLL:n arvojen, toimintaperiaatteiden ja liittokokouksessa määriteltyjen linjausten mukaan ja edistää jäsentensä valitsemilla tavoilla lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Paikallisyhdistyksen toimintaa ohjaavat myös yhdessä sovitut ja MLL:n keskusjärjestön hyväksymät säännöt. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 19.05.2011.)

MLL kehittää työtään erilaisin projektein. Projekteissa luodut uudet toimintamallit ovat paikallisyhdistysten ja jäsenten käytössä paikallisessa toiminnassa. Projekteista on syntynyt myös vakiintuneita valtakunnallisia palveluja, esimerkiksi Lasten ja nuorten puhelimen toiminta alkoi kokeiluprojektina. Mannerheimin Lastensuojeluliiton toiminnan painopiste on kotimaisessa lastensuojelutyössä, mutta liitto on verkottunut myös eurooppalaisittain ja kansainvälisesti. Liitolla on kumppaneita lähialueilla erityisesti Ruotsissa ja Virossa. (Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut 2011.)

## 9 PROJEKTIN SUUNNITTELU

### 9.1 Projektin aloitus

Opinnäytetyön aihe löytyi ammattikorkeakoulun opinnäytetyön aihepankista. Aihetta valitessaan opinnäytetyön tekijät tiesivät, että haluavat tehdä projektiluontoisen opinnäytetyön. Toinen aiheen valinnan lähtökohta oli, että työ toteutettaisiin lasten parissa. Aihepankista löytyi sopiva työnaihe; MLL tarjosi projektia jossa toteutetaan toimintapäivä lapsille/nuorille. Opinnäytetyön tekijät ottivat yhteyttä MLL:ään ja sieltä ehdotettiin, että toimintapäivä voitaisiin vaihtoehtoisesti toteuttaa monikulttuuriperheiden parissa. Tässä opinnäytetyössä tarve on tullut työn tilaajalta ja projektin lopputulos (toimintapäivä) oli selvillä jo alkuvaiheessa. Projektin aihe valittiin huhtikuussa 2011. Seuraava vaihe oli suunnittelu. Tämän projektin suunnittelu alkoi välittömästi aiheen valinnan jälkeen.

### 9.2 Toimintapäivän sisällön suunnittelu

Opinnäytetyön tekijät suunnittelivat toimintapäivää yhdessä MLL:n Satakunnan piirin työntekijän kanssa puhelimitse, sähköpostilla sekä yhteisellä tapaamisella elokuussa 2011. Toimintapäivän sisällön suunniteltiin olevan liikuntapainotteista ja toteutus tulisi olemaan suomen kielellä. Haasteita toimintapäivän sisältöön ja onnistumiseen liittyen tulisi olemaan osallistujien kielitaito sekä lasten eri-ikäisyys. Ohjatun toiminnan suunniteltiin sisältävän erilaisia toimintapisteitä, joissa tarkoitus olisi päästä kokeilemaan suomalaisia ”perinnepelejä” kuten mölkky. Toiminnan tarkoitus oli antaa onnistumisen tunteita perheenä, vaikka mukana olisi myös yksilöpelejä. Toimintapisteitä tulisi olemaan neljä ja niitä kierrettäisiin ryhminä, ja joka toimintapisteellä olisi oma ohjaaja.

Aikuisille on tarkoitus pitää terveyden edistämiseen liittyvä hetki, jossa suoritetaan esimerkiksi verenpaineen mittausta. Koska toteutuspäivä tulee olemaan äitienpäivän lähetyvillä, lapset saavat askarrella äitienpäivä kortit. Toimintapäivän ohjelma antaa mahdollisuuden myös omaan aikaan perheiden parissa, eikä toiminta ole koko ajan ohjattua. Toimintapäivä on suunniteltu pihatapahtumaksi, mutta sää huomioidaan ja

tarpeen mukaan toimitaan sisätiloissa. Lapsille annetaan päivän päätteeksi diplomi muistoksi. Opinnäytetyön tekijät laativat aikataulutuksen (liite 3) MLL: n yhteyshenkilön avustuksella. Päivän kestoksi pyritään saamaan noin kuusi tuntia, joka on myös aiemmissa vastaavanlaisissa MLL: n toimintapäivissä ollut riittävä.

Toimintapäivässä suunniteltiin olevan ruokailu, kahvitus ja myös grillausta. Ruuan valintaa mietittiin tarkasti, koska eri kulttuureissa on erilaisia ruokatottumuksia ja myös mahdolliset allergiat tuli huomioida. Lopulta ruuan valintaan vaikutti Tullin kaffen henkilökunta, joilla on kokemusta vastaavanlaisen ruokailun järjestämisestä. Ruoka-aine allergiat pyydettiin ilmoittamaan päivään ilmoittautumisen yhteydessä. Opinnäytetyön tekijät alustivat kutsun, joka tulisi lähettää perheille, jotka olivat heille pääosin entuudestaan tuttuja Satakunnan monikulttuuriyhdistys ry: n kautta. MLL: n Satakunnan piirin työntekijä lisäsi kutsuun logot sekä yhteystiedot joihin osallistumisen tulisi lähettää. MLL: n toimiston työntekijät lähettivät kutsut keväällä 2012 perheille ja ottivat ilmoittautumiset vastaan.

### 9.3 Resurssit

Toimintapäivän toteutuspaikaksi valittiin Tammen leirikeskus Porissa, jossa MLL on aikaisemminkin järjestänyt tapahtumia. Henkilöresursseja toimintapäivään oli opinnäytetyön kaksi tekijää sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton Satakunnan piirin kaksi työntekijää, jotka ovat ennestään järjestäneet vastaavanlaisia päiviä. Rahoitus-suunnitelmaa työlle ei tehty, koska MLL: n Satakunnan piiri kustansi Tammen leirikeskuksen vuokraamisen, bussikuljetukset, ruokailun sekä muun tarvittavan mm. askartelutarvikkeet. Opinnäytetyön tekijöille itselle jäi ainoastaan matkakustannukset, joita kertyi Rauma-Pori matkan välille muutamia kertoja.

### 9.4 Projektin arviointisuunnitelma

Toimintapäivän arviointia varten suunniteltiin arviointilomakkeet (liite 4), joissa päätettiin käyttää hymiökasvoja, jotta arviointi olisi vieraskielistenkin helppo toteuttaa. Aikaisemmissa projekteissa MLL on todennut hymiöt hyväiksi keinoiksi, koska kaik-



ki osallistujat eivät välttämättä osaa ilmaista itseään suomen kielellä kirjoitettuna. Kysymykset kuitenkin laitettiin suomen kielellä ja osallistujille annettiin mahdollisuus kysyä, mikäli eivät ymmärtäneet. Arviointilomakkeiden tarkoitus oli antaa palautetta toimintapäivän onnistumisesta.

## 10 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projektin tuotos oli toimintapäivä. Toimintapäivä toteutettiin toukokuussa 2012 Porissa Tammen leirikeskuksessa ja toimintapäivän kesti noin kuusi tuntia. Osallistujia toimintapäivässä oli 18, sekä ohjaajia yhteensä neljä. Osallistujista yhdeksän oli lapsia ja yhdeksän aikuisia. Mukana oli erilaisia perheitä Venäjältä, Virosta ja Thaimaasta. Toimintapäivä toteutettiin suomen kielellä, jonka kanssa ei tullut ongelmia, sillä kaikki osallistujat ymmärsivät suomea melko hyvin. Tarvittaessa perheenjäsenet tulkkasivat toisilleen. Varsinkin perheiden lapset puhuivat sujuvaa suomea oman äidinkiellensä lisäksi.

Opinnäytetyön tekijät saapuivat Tammen leirikeskukseen noin kaksi tuntia ennen kuin osallistujien oli tarkoitus saapua. Tekijät valmistelivat toimintapisteitä sekä ruokailua. Linja-auto otti osallistujat kyytiin MLL:n toimistolta Porista kello 10, perheitä vastaanottamassa toimistolla olivat MLL:n työntekijät. Tammen leirikeskukseen osallistujat saapuivat noin 10.40. Aluksi opinnäytetyön tekijät esittelivät itsensä ja kertoivat päivän tarkoituksesta sekä aikataulusta. Siirryttäessä sisätiloihin, perheet saivat kertoivat hieman itsestään, muun muassa nimen ja mistä ovat kotoisin. Perheille esiteltiin valokuvauslupa-anomukset (liite 5), jotka myös täytettiin ja palautettiin työntekijöille. Alkuverryttelyksi tanssittiin yhdessä Fröbelin palikoiden sutsisatsi, josta lapset eritoten pitivät kovasti, mutta myös aikuiset olivat reippaasti hengessä mukana. Opinnäytetyön tekijät ottivat valokuvia toimintapäivästä päivän aikana.

Alkutanssin jälkeen aloitettiin ruokailu. Ruuat oli tilattu Raumalta Tullin kaffesta. Ruokana oli broiler-riisi gratiinia. Myös salaatti ja sämpylät tulivat tilauksen yhteydessä. Tarjoilu- ja ruokailuvälineet löytyivät Tammen leirikeskukselta. Ruoka oli

laktoositonta ja gluteiinitonta, valittu huomioiden mahdolliset ruoka-aineallergiat, sekä kulttuuriset rajoitukset, joista pyydettiin etukäteen ilmoittamaan ilmoittautumisen yhteydessä.



Kuva 1. Osallistujat odottivat vuoroaan kroketti ja mölkky peliin.

Ruokailun jälkeen lähdettiin yhdessä ulos suorittamaan toimintapisteitä. Toimintapisteitä oli neljä kappaletta, joissa jokaisessa oli yksi ohjaaja. Perheet jaettiin ryhmiin, jolloin jokaisessa pisteessä oli kerrallaan yksi ryhmä. Jokaisesta ryhmästä ei tullut aivan samankokoinen, koska ideana oli myös, että perheet ovat samassa ryhmässä. Ryhmien kooksi tuli 4-6 henkilöä. Toimintapisteitä olivat mölkky, kroketti, kananmunankuljetus ja pussihyppely/ parijuoksu.

Kananmunankuljetukseen kuului juoksukilpailut kananmunaa eritavoin kuljettaen, kainalossa, leuan alla, lusikan avulla suussa sekä reisien välissä. Kananmunan kuljetus oli yleisesti tykättyä, eikä ehjiä munia lopulta jäänyt yhtäkään jäljelle. Pussihyppelyssä käytettiin jätesäkkejä ja parit hyppivät niiden kanssa ennalta määrätyn reitin kilpaa. Jätesäkkejä oli varattu kaksi rullaa, mutta enemmän olisi pitänyt olla, sillä jätesäkit eivät kestäneet kulutusta ja olivat lähestulkoon kertakäyttöisiä. Parijuoksussa pari kiinnitettiin jaloista toisiinsa ja kaksi paria kilpaili keskenään. Lopuksi koko

ryhmä kiinnitettiin toisiinsa ja ryhmä kiersi saman matkan, joka vaati melkoista yhteistyötä. Kroketti ja mölkky veivät eniten aikaa, joten pisteiden välissä lapset viihdyttivät itseään keinumalla pihan keinuissa. Toimintapisteiden läpikäyminen vei yhteensä aikaa noin puolitoista tuntia.



Kuva 2. Pussijuoksukilpailu alkamassa.

Toimintapisteiden läpikäymisen jälkeen oli pari tuntia vapaata aikaa, johon sisältyi kahvitusta, grillaamista, saunomista, askartelua ja verenpainemittaukset. Koleasta säästä johtuen sauna ei ollut kovin suosittua ja vain pari ihmistä sinne uskaltanut. Tammen leirikeskuksessa oli grillikatos, jossa kukin sai grillata makkaraa. Lisäksi lounaalta oli jäänyt vielä salaattia ja leipää, jota tarjottiin makkaran kanssa. Askartelua varten MLL oli tuonut tarvikkeita, joista lapset saivat askarrella äideille kortit äitienpäivän kunniaksi. MLL oli tuonut myös muutamia lautapelejä, joita perheet saivat pelata. Lautapelit olivatkin ulkoilun jälkeen melko suosittuja. Toinen opinnäytetyön tekijöistä mittasi verenpainetta aikuisilta, jotka näin halusivat. Aikuisista lähes jokainen halusi itseltään verenpainetta mitattavan. Suurin osa myös tiesi, mitkä arvot ovat heille itselle tyypillisiä, joten tuloksista ei juuri kysely.



Ennen päivän päättymistä jaettiin vielä arviointilomakkeet. Arviointilomakkeet jaettiin aikuisille, mutta myös lapset osallistuivat niiden täyttöön. Tarkoituksena oli, että jokainen perhe täyttäisi yhden arviointilomakkeen. Kun toimintapäivä alkoi lähestyä loppuaan, lapsille jaettiin diplomit (liite 6) muistoksi osallistumisesta toimintapäivään. Jokaisessa diplomissa oli lapsen oma nimi. Linja-auto saapui Tammen leirikeskukseen hieman ennen kello 16, jolloin otettiin vielä ryhmävalokuvia ja suoritettiin kiitokset päivään osallistumisesta. Opinnäytetyön tekijät jäivät vielä siivoamaan paikkoja kuntoon.



Kuva 3. Ryhmäotos kaikista osallistujista ennen kotiin lähtöä.

## 11 PROJEKTIN ARVIOINTI

### 11.1 Arviointilomakkeet

Arviointilomakkeet (liite 4) jaettiin osallistujille päivän lopulla ja ne saatiin myös takaisin täytettyinä. Yhteensä niitä oli seitsemän kappaletta, koska yhden arviointi-

lomakkeen täytti yksi perhe. MLL:n henkilökunta antoi positiivista palautetta suullisesti opinnäytetyön tekijöille. Myös osallistujat antoivat palautetta suullisesti, eikä negatiivista palautetta saatu. Arviointilomakkeessa kysyttiin viisi kysymystä, joihin sai vastata hymiökasvojen avulla joita oli kolme (hyvä, keskiverto ja huono), sekä numeraalinen arviointi päivästä (1=huono, 10=hyvä). Ensimmäinen kysymys oli ”mitä piditte tutustumisleikeistä?” ja kaikki vastaajat antoivat arvosanaksi hyvän. Toinen kysymys koski ohjattua toimintaa, johon osallistujat olivat varsin tyytyväisiä koska kaikki antoivat arvosanan hyvä. Kolmas kysymys koski ruokailua, ja viisi antoi arvosanaksi hyvän ja kaksi keskiverron. Neljäs kysymys oli ”mitä mieltä olitte ohjaajien ohjauksesta?” johon kuusi vastasi hyvä ja yksi keskiverto. Viimeinen kysymys oli ”oliko teillä mukavaa toimintapäivässä?”, kaikki vastaajat olivat yksimielisesti vastanneet hyvä. Numeraalisessa arvioinnissa kolme osallistujista antoi arvosanan yhdeksän, kaksi 10 sekä kaksi 10+. Yhteen arviointilomakkeeseen oli jopa kirjoitettu ”oli todella kiva, paljon kiitoksia”.

## 11.2 Opinnäytetyön tekijöiden oma arviointi

Toimintapäivään oli tarkoitus saada 25- 30 osallistujaa, mutta tavoitteeseen ei aivan päästy. Kuitenkin osallistujamäärä oli sopivan kokoinen ja toimintapäivä sujui hyvin tällä määrällä. Päivä sujui suunnitellusti ja aikataulussa pysyttiin. Sää ei ollut aivan niin hyvä, kuin oli toivottu. Päivän alussa oli hieman sateista ja koleaa, joka ei kuitenkaan haitannut, sillä päivän aloitus pystyttiin hyvin toteuttamaan sisätiloissa. Toimintapisteille siirryttäessä sää onneksi hieman kirkastui. Opinnäytetyön tekijöiden mielestä päivän sisältö oli onnistunut, aikataulutukseen olisi kuitenkin voinut kiinnittää hieman enemmän huomiota. Kroketin peluu vei aikaa odotettua kauemman, ja mölkkykin kesti hieman kauemman aikaa kuin kananmuna- ja juoksurastit. Tästä aiheutuen osallistujat joutuivat pisteiden välillä odottelemaan, joka ei lapsia sinänsä haitannut, koska ulkona oli myös keinut.

Toimintapisteiden jälkeen aika sujui leppoisasti, vaikka ohjattua toimintaa ei ollutkaan. Lasten aika kului äitienpäiväkorttien askartelussa hyvin, ja he myös pelasivat vielä uudelleen mölkkyä ja krockettia. Leirikeskuksessa oli myös luontopolku, jonne osa perheistä suuntasi kävelylle. Grillaukseen osallistui lähes jokainen, jos ei itse

grillaten niin ainakin syöden. Sauna ei houkutellut kuin muutamia osallistujia, ehkä sauna ja uinti olisivat saaneet enemmän osallistujia, mikäli sää olisi ollut parempi uimiseen. Opinnäytetyön tekijät ovat kokonaisuudessaan tyytyväisiä päivän onnistumiseen. Saatua positiivinen palaute ja osallistujien tyytyväisyys antoivat onnistumisen tunteen. Tekijöille oli kuitenkin tärkeää saada toimintapäivästä kaikille perheille positiivinen yhdessä tekemisen kokemus.

## 12 POHDINTA

Projektina toteutettavan opinnäytetyön tuotos oli toimintapäivä monikulttuuriperheille. Opinnäytetyöllä pyrittiin antamaan Mannerheimin lastensuojeluliitolle ideoita tulevia projekteja varten. Toimintapäivä oli onnistunut ja osallistajat olivat varsin tyytyväisiä. Myös opinnäytetyön tekijät ja MLL:n mukana olevat henkilöt olivat tyytyväisiä päivään. Projekti antoi Mannerheimin lastensuojeluliiton Satakunnan piirille ideoita tulevia toimintapäiviä varten, esimerkiksi ohjelman suhteen. Mukana olleet perheet ovat aikaisemminkin osallistuneet MLL:n Satakunnan piirin toimintaan, ja tyytyväisyyden perusteella osallistuvat todennäköisesti jatkossakin.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda perheitä eri kulttuureista yhteen ja tutustuttaa suomalaiseen kulttuuriin. Toteutus suomen kielellä antoi mahdollisuuden harjaannuttaa suomen kielen taitoa. Yhteistyö järjestäjien ja perheiden kanssa sujui hyvin, eikä kieliongelmia tullut. Toimintapäivän idea oli saada perheitä liikkumaan ja harrastamaan yhdessä, ja tämä toteutui järjestäjien mielestä hyvin. Toimintapäivän ohjelma oli liikunnallista ja vaati tiimityöskentelyä, esimerkiksi narujuoksu vaati yhteistyötä. Leikkimieliset joukkueiden väliset kisailut, kuten kananmunankuljetus ja pussijuoksu vaativat jokaiselta joukkueen jäseneltä oman panoksen, mutta myös ryhmän kannustusta. Varsinkin lapsille oman perheen kannustus on tärkeää, ja sen huomasi lasten kasvoilta miten tyytyväisiä he olivat saadessaan kehuja hyvistä suoristuksista. Tämän leirikeskuksessa on myös ulkoilureitti, jonne osa perheistä suuntasikin lyhyelle kävelylle. Kuten aiemmin mainittiin, perheen yhdessä liikkuminen tuottaa hyvää oloa

ja mieltä sekä yhdessäolo kohentaa perheen yhteishenkeä. Opinnäytetyön tekijöiden mielestä, juuri tämänkaltaisia tavoitteita toimintapäivällä saavutettiin.

Terveyden edistäminen on monimuotoinen käsite ja sitä voidaan toteuttaa monin eri tavoin. Järjestetyssä toimintapäivässä liikunnallisuus, ulkoilu sekä yhdessä tekeminen antoivat osallistujille mahdollisuuden sekä keinoja oman ja perheen terveyden edistämiseen. Toimintapäivä sisälsi ohjelmaa, joka vaati fyysistä toimintaa, mutta suurempi anti päivällä oli psyykkiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille. Perheiden yhdessä tekeminen ja yhdessä onnistumisen tunne ovat tärkeitä. Osa perheistä oli entuudestaan toisille tuttuja, mutta myös uusia tuttavuuksia solmittiin.

Toimintapäivään osallistuneet perheet olivat varsin tyytyväisiä päivän ohjelmaan. Opinnäytetyön tekijät halusivat päivästä rennon ja mukavan, eikä päivän ohjelman haluttu olevan liian aikataulutettua. Siinä onnistuttiin, ja ihmiset tuntuivat viihtyvän. Opinnäytetyön tekijöiden mielestä opinnäytetyön tavoitteet täyttyivät hyvin ja projekti on onnistunut. Hyvin onnistuneesta toimintapäivästä jäi kaikille hyvä mieli ja tekijöille tunne siitä, että päivä oli hyödyllinen.

## LÄHTEET

Abdelhamid, P., Juntunen, A. & Koskinen, L. 2010. Monikulttuurinen hoitotyö. Helsinki: WSOYpro Oy.

Arvonen, S. 2004. Porukalla, perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita Prima Oy.

Ennaltaehkäisevä ryhmämuotoinen perhetyö, perhetyön uudet portaavat – projektin loppuraportti, Mannerheimin Lastensuojeluliiton Lapin piiri, 2009. <http://lapinpiiri-mll.fi-bin.directo.fi/@Bin/0a7922d75420642e7121b8837fec06a/1351589072/application/pdf/131755/PUP-Loppuraportti.pdf>

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Helsinki : WSOYpro.

Laulaen ja leikkien kohti kielen ja minäkuvan maailmaa, toimintapäivä Vantaan Seljapolun monikulttuuripäiväkotiin. Heikkinen Tiina, Uutela Kaisa, 2010.

Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivut. Viitattu 19.05.2011.  
<http://www.mll.fi/mll/historia/> , <http://www.mll.fi/mll/organisaatio/> ,  
<http://www.mll.fi/mll/toiminta/projektit/> ,  
[http://www.mll.fi/mll/toiminta/kansainvalinen\\_toiminta/](http://www.mll.fi/mll/toiminta/kansainvalinen_toiminta/)

Mannerheimin lastensuojeluliiton Satakunnan piirin www-sivut. Viitattu 13.9.2011.  
<http://satakunnanpiiri.mll.fi/tietoa-piirista/>

Monikulttuurisuus Suomen terveydenhuollossa, ETENE julkaisuja 11, Helsinki 2004. Viitattu 29.10.2012.  
[http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=17162&name=DLFE-533.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=17162&name=DLFE-533.pdf)

Monikulttuurinen työyhteisö www-sivut. Viitattu 30.10.2012.  
<http://estudio.edupoli.fi/moty/index.asp?bid=111&book=MoTy&id=715&kat=Etusivu>

Satakunnan monikulttuuriyhdistys ry:n www-sivut. Viitattu 30.10.2012.  
<http://www.monikulttuuri pori.com/index.php>



Terveysten ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 19.05.2011.  
<http://info.stakes.fi/mielenterveystyo/FI/kasitteet/terveyden+edistminen.htm>  
[http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa\\_terveydesta/elintavat/liikunta/](http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/elintavat/liikunta/)

Tilastokeskuksen www-sivut. Viitattu 22.9.2011, 30.10.2012,  
[http://www.stat.fi/tup/suoluk/suoluk\\_vaesto.html#vaestorakenne](http://www.stat.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html#vaestorakenne)

Virtuaali ammattikorkeakoulu viitattu 14.8.2012  
<http://www.amk.fi/opintojaksot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>

## LIITE 1

Mannerheimin lastensuojeluliiton

Satakunnan piiri

Antinkatu 8, 28100 Pori

## LUPA-ANOMUS

22.9.2011

Opiskelemme Satakunnan ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystalon Rauman toimipisteessä sairaanhoitajiksi. Opintoihimme sisältyy opinnäytetyö jonka suoritamme projektiluontoisena. Tarkoituksemme on järjestää MLL:n Satakunnan piirille toimintapäivä monikulttuuriperheille keväällä 2012. Opinnäytetyön terveydellinen näkökulma on liikunnallisuus, joka on toimintapäivän teemana. Toimintapäivän ideana on saada perheet liikkumaan ja harrastamaan enemmän yhdessä. Toimintapäivän tavoitteena on tuoda perheet eri kulttuureista yhteen. MLL hyötyy opinnäytetyöstä saamalla uusia ideoita ja tietoa tulevia projekteja varten.

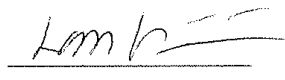
Opinnäytetyömme ohjaajana toimii lehtori Elina Männistö, puh. 040-7103555.

Pyydämme kohteliaimmin luvan toteuttaa projektin MLL:n Satakunnan piirille.

Ystävällisin terveisin;




Jenna Lummekari  
Aittakarinkatu 28 a 19  
26100 Rauma  
040-7423623



Laura Väkevä  
Perttulantie 1 as 4  
27800 Säkyä  
040-8205704

☒ Lupa myönnetään

☐ Lupaa ei myönnetä

5.11.12 

Päiväys ja allekirjoitus

## LIITE 2

# TERVETULOA

toimintapäivään monikulttuurisille perheille!

**Aika:** lauantai 12.5.2012 kello 10.00-16.30

**Paikka:** Tammen leirikeskus, Ulvila

**Lähtö ja paluu:** MLL:n Satakunnan piirin toimiston edestä, Antinkatu 8

**Lähtö kello 10.00 ja paluu kello 16.30**

Päivän ohjelmassa on pelejä ja leikkejä koko perheelle, ruokailua ja kahvittelua sekä uimista ja saunomista.

**Päivä on ilmainen!**

Terveisin:

Jenna Lummekari, Laura Väkevä, Eeva-Liisa Koskinen ja Minna Aro



MANNERHEIMIN  
LASTENSUOJELULIITON  
*Satakunnan piiri*



**KIRKKO PORISSA**  
*Porin ev.lut. seurakuntayhtymä*

## LIITE 3

**PÄIVÄOHJELMA**

10.00 Lähtö Tammen leirikeskukseen

10.30 Toiminnallinen tutustuminen

11.00 Ruokailu

12.00 Ohjattua toimintaa, johon kuuluu erilaisia toimintapisteitä. Mm. mölkky, askartelu, terveysinfo aikuisille ja lasten miniolympialaiset.

14.00 Sauna/uinti

15.00 Grillaus/ kahvitus / päivän arviointi

16.00 Paluu MLL:n toimistolle

## LIITE 4

## ARVIOINTILOMAKE TOIMINTAPÄIVÄSTÄ

Rastita parhaiten vastausta vastaava hymiö

Mitä piditte tutustumisleikeistä?



Mitä piditte ohjatusta toiminnasta?



Mitä piditte ruokailusta?



Mitä mieltä olitte ohjaajien ohjauksesta?



Saitteko tietoa suomalaisesta kulttuurista?



Oliko teillä mukavaa toimintapäivässä?



Anna arvosana päivälle asteikolla 1-10, 1=huono, 10=hyvä

\_\_\_\_\_

Kiitos arvioinneista ja mukavasta toimintapäivästä!

12.5.2012 Toimintapäivä, Tammen leirikeskus Pori

Lupa valokuvaamisesta ja kuvien käytöstä Jenna Lummekarin ja Laura Väkevän opinnäytetyössä sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton www-sivuilla.

Nimikirjoitus

---

---

---

---

Nimenselvennys

---

---

---

---

## DIPLOMI

\_\_\_\_\_ on osallistunut 12.5.2012  
järjestettyyn toimintapäivään ja osoittanut suurta  
reippautta, rohkeutta ja nokkeluutta ja siksi ansaitsee  
tämän kunniamaininnan.

Kiitokset osallistumisesta koko perheelle!

Jenna Lummejärvi

Laura Väkevä

Mannerheimin lastensuojeluliiton- väki